

### Dyadisches Coping: theoretischer und empirischer Stand

Bodenmann, Guy

Veröffentlichungsversion / Published Version  
Zeitschriftenartikel / journal article

Zur Verfügung gestellt in Kooperation mit / provided in cooperation with:  
Verlag Barbara Budrich

#### Empfohlene Zitierung / Suggested Citation:

Bodenmann, G. (1997). Dyadisches Coping: theoretischer und empirischer Stand. *Zeitschrift für Familienforschung*, 9(2), 7-25. <https://nbn-resolving.org/urn:nbn:de:0168-ssoar-291664>

#### Nutzungsbedingungen:

Dieser Text wird unter einer CC BY-SA Lizenz (Namensnennung-Weitergabe unter gleichen Bedingungen) zur Verfügung gestellt. Nähere Auskünfte zu den CC-Lizenzen finden Sie hier: <https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/deed.de>

#### Terms of use:

This document is made available under a CC BY-SA Licence (Attribution-ShareAlike). For more Information see: <https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0>

## **Dyadisches Coping - theoretischer und empirischer Stand**

**Guy Bodenmann**

### **Zusammenfassung**

In diesem Artikel wird der theoretische und empirische Stand des Konzepts des dyadischen Copings resümiert. Neben einer Darstellung der ursprünglichen Konzeption des Ansatzes werden neuere Entwicklungen aufgezeigt und diskutiert. Insbesondere wird auf negative Formen des dyadischen Copings eingegangen und hostiles, ambivalentes und floskelhaftes dyadisches Coping thematisiert.

Ein zweiter Teil des Artikels befaßt sich mit diagnostischen Möglichkeiten zur Erfassung des dyadischen Copings mittels Fragebogen, Interview und systematischer Verhaltensbeobachtung.

Im letzten Teil werden empirische Ergebnisse zur Validität und Brauchbarkeit des dyadischen Coping berichtet. Die Ergebnisse belegen dabei, daß dyadisches Coping ein sensibles Maß für die Qualität einer Partnerschaft abgibt und auch hinsichtlich Scheidungsprädiktion von großer Bedeutung ist.

**Schlagworte:** Streß, Coping, Partnerschaft, soziale Unterstützung, Scheidung.

### **Abstract**

The current article resumes the theoretical and empirical state of dyadic coping. This new concept was proposed several years ago and since yielded a great deal of interesting findings in marital research in the domain of stress and coping in couples. The first conceptualization, however, considered only positive aspects of dyadic coping and lacked to discuss negative forms of social support in marriage. The new developments try to include these features in proposing also hostile, ambivalent and superficial dyadic coping categories.

In the second part of this article we present several methods able to evaluate dyadic coping in couples by means of questionnaire, interview and systematic observation.

Finally, empirical findings on the validity and usefulness of dyadic coping are discussed. They reveal that dyadic coping is indeed a very powerful predictor of the functioning of a close relationship and allows a good prediction of the longer course of marriage.

**Keywords:** Stress, coping, social support, marriage, close relationships.

1990 hatte ich zum ersten Mal auf den Umstand hingewiesen, daß Streß und Coping in Partnerschaften theoretisch zu wenig konzeptualisiert seien und auch im Rahmen empirischer Arbeiten eine individuumzentrierte Sichtweise bei der Untersuchung dieser Phänomene bei Paaren vorherrsche. Bekannte Streßtheorien wie diejenigen von Selye (1974), Holmes und Rahe (1967), Dohrenwend und Dohrenwend (1978), Haan (1977), Vaillant (1977) und besonders der phänomenologisch-transaktionale Ansatz der Berkley-Gruppe (z.B. Folkman, 1984; Folkman & Lazarus, 1985; Lazarus, 1993; Lazarus & Folkman, 1984; Lazarus & Folkman, 1991; usw.) hatten bisher kaum eine systemische Erweiterung erfahren. Ein Übertrag der individuumzentrierten Streßtheorien auf Paare, Familien oder Gruppen blieb weitgehend aus. Dies mag teilweise damit zusammenhängen, daß einzelne Autoren (z.B. Wolf, 1987) die Existenz von dyadischem oder familiärem Streß und Coping in Frage stellten und monierten, daß Streß und seine Bewältigung per definitionem eine individuelle Angelegenheit sei. Ein weiterer Grund kann im Mangel an geeigneten Meßinstrumenten liegen.

Wie weiter gezeigt wurde (Bodenmann, 1995a), sind auch in den Beiträgen der Familienstreßpsychologie (Burr, 1973; Burr & Klein, 1994; Hill, 1949; McCubbin & McCubbin, 1989; McCubbin & Patterson, 1983) nur relativ abstrakte theoretische Konzepte präsentiert worden, welche zudem selten eine saubere empirische Umsetzung fanden. Die verwendeten Begrifflichkeiten und Definitionen (z.B. von individuumübergreifendem, familiärem Coping) wirken unpräzise und vage (z.B. gemeinsame Synergien nutzen, familiäre Einheit wahren etc.) und trennen nicht genau zwischen Zielen, Ressourcen und effektivem Coping.

Im Bereich der Partnerschaft präsentiert sich eine ähnliche Situation. Sowohl in theoretischen wie in empirischen Beiträgen fällt auf, daß kaum elaborierte Vor-

stellungen zu Streß und Coping bei Paaren bestehen und in empirischen Arbeiten zu Streß und Coping in der Partnerschaft meist individuumorientierte Zugänge gewählt werden (z.B. Bowen, 1990; Ilfeld, 1980; Pearlin & Schooler, 1978; Sabourin, Laporte & Wright, 1990; Whiffen & Gotlib, 1989). Versuche zu einer systemischen Erweiterung des Streß- und Copingbegriffs blieben vereinzelt. Ansätze finden sich z.B. bei Burke und Weir (1977; 1982), Coyne und Smith (1991), DeLongis und O'Brien (1990) und Laux und Schütz (1995). So schlagen Coyne und Smith (1991) zwei Formen partnerschaftszentrierter Bewältigung vor, die sie mit den Begriffen "active engagement" und "protective buffering" umschreiben. Aktives Engagement umfaßt Verhaltensweisen, wie den Partner in Diskussionen zu involvieren, seine Gefühle zu erkunden und konstruktive Problemlösungen zu initiieren. Unter protektiver Pufferung werden Copingstrategien subsummiert, die das Ziel haben, den Partner emotional zu entlasten (z.B. indem gewisse belastende Themen nicht angesprochen werden, Sorgen negiert, Ärger unterdrückt und dem Partner nachgegeben wird, um Mißstimmungen zu vermeiden, etc.). Das beziehungsbezogene Coping wird als Ergänzung zu den von Lazarus (1981) formulierten emotions- und problembezogenen Copingstrategien verstanden und stellt eine interessante systemische Erweiterung des ursprünglichen Konzepts der Berkley-Gruppe dar. Erste empirische Ergebnisse zu diesem Ansatz waren allerdings inkonsistent.

DeLongis und O'Brien (1990) haben mit dem empathischen Coping einen ähnlichen Weg beschritten. Unter empathischem Coping verstehen sie den Versuch, die affektive Umwelt anderer in einer Streßsituation angemessen wahrzunehmen und dieses affektive Verständnis dem anderen mitzuteilen. Auch bei diesen Autoren bleibt die Erweiterung einer individuumorientierten Sichtweise indes einseitig.

In Deutschland hat v.a. die Arbeit von Laux und Schütz (1995) interessante Ergebnisse zwischen synergistischem Coping und Wohlbefinden der Familie vorgestellt. Die Autoren integrieren Formen einer partnerbezogenen Bewältigung und erweitern damit ebenfalls einen rein individuumzentrierten Zugang.

Insgesamt kann jedoch festgehalten werden, daß die Streßpsychologie wenig zu einem besseren Verständnis von Streß und Coping in Partnerschaften beigetragen hat. Ein ähnliches Bild trifft für die Soziale Unterstützungsliteratur zu. Obgleich einzelne Autoren (z.B. Brown & Harris, 1978; Denoff, 1982; Veiel, Crisand, Stroszeck-Somschor & Herrle, 1991; Williamson & Clark, 1992) darauf

verweisen, daß die soziale Unterstützung seitens des Partners von besonderer Qualität und Relevanz sei, wird dieser Aspekt nicht weiter theoretisch ausdifferenziert.

Eine Durchsicht der Literatur zeigt, daß sich dieses Bild auch in den letzten Jahren nicht wesentlich verändert hat (z.B. Burke & Weir, 1977; 1982; Cutrona & Suhr, 1992; Julien & Markman, 1991; Markman & Markman, 1988; Pasch & Bradbury, im Druck; Veiel et al., 1991; Williamson & Clark, 1992).

## **Das Konzept des dyadischen Copings**

Bodenmann (1995a, 1995b) hat eine systemisch-transaktionale Konzeptualisierung von Streß und Coping bei Paaren vorgeschlagen, bei der das dynamische Wechselspiel zwischen den beiden Partnern sowohl bei der Streßentstehung wie auch beim Coping berücksichtigt wird. So wird einerseits eine Typologie von Stressoren in der Partnerschaft (charakterisiert durch die Dimensionen: Betroffenheit vom Streß, Verursachung des Stressses, Einfluß- und Bewältigungsmöglichkeiten) und eine systemische Erweiterung des Appraisalmodells von Lazarus postuliert (in deren Rahmen die einzelnen Bewertungsschritte („primary und secondary appraisal“, „reappraisal“) und Ziele dyadisch erweitert werden). Dabei wird unterstellt, daß Streßeinschätzungen, die in der Regel als subjektive, idiosynkratische kognitive Prozesse definiert werden, auch dyadisch formuliert und verstanden werden können (vgl. auch Boss, 1988; Reiss, 1981). Die Annahme dyadischer Einschätzungsprozesse und gemeinsamer Zielsetzungen bildet die Grundlage für dyadisches Coping. Danach können Rückkopplungsprozesse (gegenseitiges Aufschaukeln in Streßsituationen) ebenso stattfinden, wie die hilfreiche Auseinandersetzung mit der Situation durch entsprechende Unterstützungshandlungen des Partners oder die gemeinsame Bewältigung von Streß (siehe Bodenmann & Perrez, 1991; Bodenmann, 1995a, 1995b).

Streß oder Belastungen in Partnerschaften werden dabei als ein direkt oder indirekt beide Partner betreffendes Ereignis verstanden, die zu einer Desäquilibrierung des Gesamtsystems prädisponieren, sofern jeder Partner für sich genommen bzw. die Synergie beider Partner und ihre externen individuellen und dyadischen Ressourcen nicht dazu ausreichen, die internen oder externen Anforderungen an jeden einzeln bzw. das Paar angemessen zu bewältigen. Die Streßexposition kann ihren Ursprung innerhalb oder außerhalb der Dyade haben und beide Partner gleichzeitig, zeitlich versetzt oder sequentiell betreffen, in dem

Sinne, daß der Streß des einen zum Streß des anderen wird, wenn ersterer nicht in der Lage war, die Belastung selber effizient zu bewältigen.

Streß in der Partnerschaft charakterisiert sich nicht nur durch seinen systemischen Bezug, sondern ebenso durch seinen prozessualen Charakter, der aus der Interaktion zwischen beiden Partnern, deren konstante Veränderung und Weiterentwicklung beruht. Ziel und Inhalt des dyadischen Copings ist die Wahrung oder Wiederherstellung der individuellen und dyadischen Homöostase als oberstem Organisationsprinzip. Die Bewältigung von Streß bedeutet vor diesem Hintergrund nicht nur die Handhabung der Problemsituation bzw. die eigene Emotionsregulation für den vom Streß primär betroffenen Partner und die Dyade, sondern ebenso die Wiederherstellung einer befriedigenden Beziehung zwischen den Partnern bzw. mit der Außenwelt.

Dyadisches Coping beschreibt einen Prozeß, in dessen Rahmen Streßsignale des einen Partners und Antwortreaktionen (verbale und nonverbale Copingreaktionen des anderen Partners auf diese Streßäußerungen) berücksichtigt werden. Je nach Situation bzw. Problemkonstellation und in Abhängigkeit der jeweiligen aktuellen bzw. situationsübergreifenden, stabilen Copingdispositionen und -ressourcen beider Partner sowie der aktuellen oder globalen Motivation (z.B. Partnerschaftszufriedenheit, Bedeutung der Partnerschaft etc.), Erwartungen und Einstellungen an die Partnerschaft etc. können Formen gemeinsamen, supportiven oder an den Partner delegierten dyadischen Copings eingesetzt werden. Dieses kann emotions- oder problembezogen erfolgen und positiven oder negativen Charakter haben.

### **Formen des dyadischen Copings**

Unter **gemeinsamem dyadischem Coping** verstehen wir Belastungsbewältigungsversuche, die aufgrund dyadenrelevanter Ziele beide Partner gemeinsam in einen in der Regel symmetrischen dyadischen Copingprozeß involvieren, um emotionalen Streß oder sachliche Probleme zu bewältigen (z.B. gemeinsame Lösungsdiskussionen, gleichmäßige Aufteilung einer Tätigkeit zur Streßreduktion auf beide Partner, gemeinsame Informationssuche, gegenseitige Solidarisierung, gemeinsame Entspannungsübungen, gemeinsame religiöse Aktivitäten, etc.).

**Supportives dyadisches Coping** umfaßt sach- und emotionsbezogene Unterstützungshandlungen des einen Partners zugunsten des anderen, ohne daß letzterem die Bewältigungsarbeit ganz oder teilweise abgenommen würde (z.B. konkrete Hilfestellungen bei Tätigkeiten, die als belastend erlebt werden, Zureden, tröstende Worte, Mithilfe bei der Umbewertung einer Situation, Bereitstellung von Informationen, Mithilfe bei der Palliation, Glaube an den Partner, Solidarisierung, etc.).

Unter **delegiertem dyadischem Coping** verstehen wir die Möglichkeit des einen Partners, in Streßsituationen dem anderen Tätigkeiten oder Aufgaben zur Bewältigung abzugeben. In Abgrenzung zu supportivem dyadischem Coping wird hier der Partner explizit um Unterstützung ersucht und es erfolgt eine Neuaufteilung der Belastungsbewältigungsbeiträge. In der Regel tritt diese Form des dyadischen Copings vor allem bei sachbezogenen Stressoren auf (z.B. Übernahme einer Tätigkeit, Erledigen von Einkäufen anstelle des anderen, etc.).

In unserem Modell wird postuliert, daß die situative Aktualisierung des dyadischen Copings und dessen Form, wie oben bereits erwähnt wurde, eine Funktion erweiterter, partner- und dyadenorientierter Einschätzungsprozesse und Ziele ist. Es wird angenommen, daß gemeinsames dyadisches Coping in Situationen auftritt, die (1) beide Partner betreffen, (2) dyadenextern verursacht sind, (3) in denen beide Partner Einflußmöglichkeiten haben, (4) in denen gemeinsame Zieldefinitionen und (5) in denen eine genügend hohe Motivation zu dyadischem Coping vorliegt.

Supportives dyadisches Coping wird in Situationen erwartet, die (1) primär den anderen Partner direkt betreffen, (2) die nicht (verschuldetermaßen) vom anderen Partner verursacht wurden, (3) in denen der potentiell supportive Partner (aktuell oder situationsübergreifend) über bessere Bewältigungsressourcen verfügt oder dies vom Partner so wahrgenommen wird und (4) der unterstützende Partner zu dyadischem Coping motiviert ist.

Die Delegation des Copings erfolgt in Situationen, in denen (1) der eine Partner stärker vom Streß betroffen ist, (2) der andere in der Situation über mehr Copingressourcen verfügt; (3) die Verursachung der Streßsituation externer Art ist oder unverschuldetermaßen durch den unterstützungsbedürftigen Partner verursacht wurde; (4) der die Aufgaben übernehmende Partner motiviert ist und (5)

eine explizite Bitte um Übernahme von Tätigkeiten oder Aufgaben seitens des gestreßten Partners vorliegt.

### **Weiterentwicklung des dyadischen Copings**

Während im ursprünglichen Ansatz insbesondere die positiven Seiten des dyadischen Copings fokussiert wurden und die oben beschriebenen Formen im Zentrum der Analysen standen, wurde in neueren Arbeiten damit begonnen, negative Aspekte von dyadischem Coping zu untersuchen. Dabei wird davon ausgegangen, daß dyadisches Coping neben seiner positiven Konnotation auch ambivalenten, feindseligen oder oberflächlichen (floskelhaften) Charakter aufweisen kann.

So verstehen wir unter **ambivalentem Coping**, daß der eine Partner den anderen zwar unterstützt oder sich in gemeinsames dyadisches Coping involviert, gleichzeitig jedoch seinen Beitrag als unnötig oder belastend erlebt oder sich wünscht, daß der Partner diese Hilfe nicht brauchen würde. Der zu unterstützende Partner wird als inkompetent und minderwertig erlebt und andere Personen, welche vermeintlich besser mit Streß umzugehen in der Lage sind, dem Partner gegenüber höher bewertet, bewundert oder beneidet. Die zu gebende Partnerunterstützung wird zwar als notwendig erachtet (weshalb sie gegeben wird), jedoch zugleich für sich selber als bemühend, belastend und unangenehm empfunden. So kann ambivalentes Coping z.B. Folge längeren einseitigen supportiven dyadischen Copings sein, bei welchem austauschtheoretischen Gesichtspunkten zu wenig Rechnung getragen wurde und sich der unterstützende Partner allmählich motivational erschöpft. Gleichzeitig kann es auch der Fall sein, daß die beiden Partner grundsätzlich unterschiedlich sind und ungleiche Ressourcen mit in die Partnerschaft bringen, wodurch der eine Partner die helfende Rolle, der andere diejenige des unterstützungsbedürftigen Partners einnehmen. Diese Rollenzuteilung kann zum Teil erwünscht, zum Teil als störend erlebt werden und zu ambivalentem dyadischem Coping führen. Auch könnte ambivalentes dyadisches Coping in Partnerschaften mit einem chronisch kranken Partner (chronische Krankheit, Behinderung etc.) häufiger sein als bei gesunden Paaren. Ambivalentes dyadisches Coping ist in der Regel für den Partner nicht offensichtlich wahrnehmbar und äußert sich nicht direkt in Vorwürfen oder anderen negativen Verhaltensweisen (siehe *hostiles dyadisches Coping*), sondern eher in subtileren Anzeichen einer fehlenden oder sich abschwächenden Motivation, welche auf der verbalen oder nonverbalen Ebene angedeutet



sein kann. Häufig handelt es sich um einen rein internalen Konflikt, der auf der behavioralen Ebene maskiert werden kann. Wird ambivalentes dyadisches Coping im Verhalten ausgedrückt, kann es sich um eine leicht verzögerte Reaktion des dyadischen Copings handeln (der Partner reagiert zwar und unterstützt den Partner, doch etwas verlangsamt, wirkt etwas antriebslos und müde) oder es können diskrepante Kommunikationssignale auf der verbalen, para- und non-verbalen Ebene vorliegen (der Partner bekräftigt den anderen zwar in seiner Bewältigung, wirkt aber wenig überzeugend und begeistert oder scheint abwesend, in Gedanken versunken etc.). Wird direkt ein deutlich negativer Aspekt sichtbar sprechen wir nicht von ambivalentem dyadischem Coping, sondern von hostilem dyadischem Coping.

**Hostiles dyadisches Coping** umfaßt direkte feindselige Äußerungen auf Streßsignale des Partners. Zwar reagiert der Partner auf diese Streßäußerungen durch Bemerkungen oder Körperkontakt, indes in herabsetzender, distanzierter, kritischer, höhnischer oder sarkastischer Weise. Dabei kann der Partner offen kritisiert („Ja, ich verstehe, daß Du gestreßt bist, doch wie Du das auslebst, finde ich völlig daneben“), subtil lächerlich gemacht oder sein Streß im Vergleich zum eigenen minimiert werden („Das kenn ich auch - das war bei mir damals noch deutlich schlimmer, als das was Du hier erlebst, erinnerst Du Dich, da ist Dein Streß direkt eine Kleinigkeit dagegen“). Weiter sprechen wir von hostilem dyadischem Coping wenn ein deutliches Desinteresse spürbar ist (z.B. gleichzeitiges Gähnen, Fernsehen, Zeitung lesen, eine andere Tätigkeit ausführen, Zuhören ohne Aufzusehen, Innezuhalten und sich dem Partner zuzuwenden), im Nebensatz kritische Anmerkungen gemacht werden (z.B. „Ja entspann’ Dich doch mal, das ist ja nicht auszuhalten“; „Du machst uns ja alle völlig fertig mit Deinem unruhigen Verhalten“) oder die Unterstützung paraverbal oder non-verbal negativ erfolgt, d.h. im Tonfall oder der Bedeutung negativ gesendet wird. Häufig ist hostiles dyadisches Coping zudem in der Körperhaltung erkennbar.

Als dritte Form des negativen dyadischen Copings unterscheiden wir **floskelhaftes dyadisches Coping**. Damit sind Verhaltensweisen gemeint, die zwar äußerlich durchaus als dyadische Copingbeiträge gewertet werden können, indes relativ unengagiert erfolgen und leeren Verhaltenshülsen gleichen (den Partner in die Arme nehmen ohne innerlich dabei zu sein; etwas zur Entlastung einbringen, ohne sich mit dem Problem des Partners wirklich auseinandergesetzt zu haben usw.). Im Gegensatz zum ambivalenten dyadischen Coping kann der unterstützende Partner durchaus neutral sein und keine negativen Gefühle bei

der Ausübung von dyadischem Coping haben, jedoch aufgrund eigener Belastungen, situativer Unpäßlichkeit (Müdigkeit, Kopfschmerzen etc.) oder Zerstreuung (Gedanken bei etwas anderem haben, aus einer Tätigkeit herausgerissen werden, die einen stark beschäftigt etc.) nicht in der Lage sein, qualitativ befriedigendes supportives dyadisches Coping zu geben. Dabei wird nicht direkt negativ reagiert, sonst sprechen wir von hostilem dyadischem Coping. Es handelt sich vielmehr um eine Unterstützungsform, die sich durch eine gewisse Abwesenheit (nicht wirklich bei der Sache sein) kennzeichnet. Letztere kann indes auch auf Kompetenzdefizite zurückzuführen sein und mangelnde Empathiefähigkeit spiegeln. Da der unterstützungsbedürftige Partner floskelhaftes dyadisches Coping in der Regel ungünstig erlebt und sich zu wenig ernstgenommen, verstanden und getragen fühlt, wird diese Unterstützungsform unter negativem dyadischem Coping subsumiert. Die Erfassung dieser dyadischen Copingkategorie ist dabei v.a. in der systematischen Verhaltensbeobachtung nicht unproblematisch, während sie im Fragebogen problemloser erfaßt werden kann („Ich gehe auf meinen Partner ein, bin aber in Gedanken anderswo“ etc.). Insbesondere das nonverbale floskelhafte dyadische Coping ist häufig schwierig erkennbar, da nicht selten erst der Zeitfaktor darüber Aufschluß gibt, ob es sich um diese Verhaltensklasse handelt. So zeigt ein Partner, der seinem Partner unter Streß wohlwollend den Arm auf die Schulter legt, dann ein floskelhaftes dyadisches Coping, wenn der Arm allmählich auf der Schulter des Partners „vergessen“ wird und erkennbar wird, daß das ursprünglich motivierte supportive dyadische Coping allmählich in eine leere Verhaltensweise einmündet, welche nicht mehr substantieller Natur ist. Weiter kann das Verhalten auch durch Zerstreuung, Unkonzentriertheit etc. gekennzeichnet sein.

Mit dieser Erweiterung des dyadischen Copings durch negative Ausprägungen gewinnt das Konzept an weiterer Tragfähigkeit und bildet verschiedene Varianten des Umgangs von Paaren mit Streß ab. Gleichzeitig wird durch die Einführung dieser qualitativen Dimension der Charakter der dyadischen Bewältigung erfaßt und damit die Wirkung des dyadischen Copings für die beiden Partner (z.B. hinsichtlich ihrer Partnerschaftszufriedenheit, Gesundheit etc.) genauer analysierbar.

### **Erfassung des dyadischen Copings**

Aufgrund des systemisch-prozessualen Charakters von dyadischem Coping wurde von Anfang an der systematischen Verhaltensbeobachtung ein besonde-

res Gewicht bei der Analyse der Streßbewältigung von Paaren eingeräumt. So wurde bereits 1990 (im Rahmen des EISI-Experiments: siehe Bodenmann, 1995a; Bodenmann & Perrez, 1995) ein Kodiersystem zur Erfassung des dyadischen Copings vorgestellt, welches in den folgenden Jahren kontinuierlich weiterentwickelt wurde. Das neueste Kodiersystem basiert auf den oben aufgeführten theoretischen Neuerungen und berücksichtigt ebenfalls negative dyadische Copingkategorien.

### **Systematische Verhaltensbeobachtung**

Das Kodiersystem (SEDC: System zur Erfassung dyadischen Copings) umfaßt einerseits Streßkommunikation, andererseits dyadisches Coping im engeren Sinne. Bei der Streßkommunikation wird die **problembezogene explizite Streßkommunikation** (Aufforderung zu delegiertem dyadischem Coping: „Könntest Du bitte an meiner Stelle das und das übernehmen, ich bin nicht in der Lage es selber zu tun“), die **problembezogene implizite Streßkommunikation** (sachbezogene Verständnisfragen, Informationsdefizite, Bitte um konkrete sachliche Hilfe etc. z.B. „Kannst Du mir sagen, wie das funktioniert?“), wobei hier keine Aufgaben an den Partner delegiert werden, sondern Hilfe bei der eigenen Bewältigung der Probleme angefordert wird, die **emotionsbezogene verbal explizite Streßkommunikation** (z.B. „Ich bin total fertig, ich brauch’ Deine Hilfe“) und die **emotionsbezogene implizite Streßkommunikation** (z.B. „Ich bin wohl so ziemlich der größte Versager, den es gibt“) unterschieden. Weiter wird **nonverbale emotionale Streßkommunikation** (sichtliche Niedergeschlagenheit, Zittern, starke motorische Unruhe, etc.) analysiert.

Beim supportiven dyadischen Coping wird **problembezogenes supportives dyadisches Coping** (praktische Ratschläge, Mithilfe bei der Ausführung einer Tätigkeit, Informationsvermittlung, konkrete praktische Hilfestellungen etc.) sowie **verbales emotionsbezogenes supportives dyadisches Coping** (empathisches Verständnis, Trösten, Mithilfe zur Umbewertung, Solidarisierung mit dem Partner, Glaube an den Partner, Anweisungen zur Beruhigung, etc.) und **nonverbales emotionsbezogenes supportives dyadisches Coping** (zärtlicher Körperkontakt, Massieren, Lockerungsübungen, etc.) kodiert.

**Delegiertes dyadisches Coping** (Übernahme von Aufgabenbereichen, etc.) wird lediglich bezüglich der problembezogenen Übernahme von Aufgaben und

Tätigkeiten auf eine explizite problembezogene Streßkommunikation des Partners kodiert.

Daneben werden **emotions- und problembezogenes gemeinsames dyadisches Coping** kodiert. Unter diese beiden Klassen fallen dyadische Bewältigungsverhaltensweisen, die beide gleichzeitig ausführen und die apriori der gemeinsamen Regulation (des Problems bzw. der emotionalen Homöostase) dienen.

**Hostiles dyadisches Coping** wird kodiert, wenn deutliche Anzeichen negativer Unterstützung vorliegen, die selbstwertschädigenden, kritisierenden, abwertenden oder lächerlich machenden Charakter haben („Du, da äußert sich wieder, wie schlecht Du mit Streß umzugehen in der Lage bist“). **Ambivalentes dyadisches Coping** wird kodiert, wenn zwar supportives dyadisches Coping gegeben wird, dieses jedoch unmotiviert erfolgt oder auf der non- und paraverbalen Ebene negative Anzeichen auftreten (Tonfall, Körperhaltung etc.).

Kodiert werden die Kategorien anhand von Videosequenzen mittels eines eigens dafür entwickelten computergestützten Kodiersystems (CAOS: Computer aided observation system; Bodenmann, Bourquard, Perrez & Spiegel, 1995).

## Fragebögen

Der FDCT (**Fragebogen zur Erfassung von dyadischem Coping als generelle Tendenz**) erfaßt den Umgang von Paaren mit Belastungssituationen im Sinne des dyadischen Copings in der generellen Tendenz, während der FDCF (Fragebogen zur Erfassung des dyadischen Copings im Feld) strukturgleich dyadisches Coping im Alltag der Paare (ereignisnah) evaluiert. Analog zur systematischen Verhaltensbeobachtung werden auf der einen Seite die problem- und sachbezogene Streßkommunikation, auf der anderen Seite die dyadischen Belastungsbewältigungsstrategien auf der emotionalen und problembezogenen Ebene (gemeinsames dyadisches Coping, delegiertes dyadisches Coping, supportives dyadisches Coping, hostiles dyadisches Coping, ambivalentes dyadisches Coping, floskelhaftes dyadisches Coping) erfaßt. Der ursprüngliche Fragebogen umfaßte 72 Items, doch wurden eine Version mit 42 Items sowie eine Kurzform mit 28 Items entwickelt, welche sich in Untersuchungen ebenfalls bewährt haben und daher neuerdings gegenüber der Langversion bevorzugt in der Forschung eingesetzt werden. Ausgewertet kann der FDCT nach seinen

Subskalen oder nach zusammengefaßten Skalen (positives dyadisches Coping, negatives dyadisches Coping, Streßkommunikation) werden. Die Items werden auf einer 4-stufigen Skala (fast nie bis fast immer) beurteilt. Die interne Konsistenz der Skalen liegt zwischen  $\alpha=.75$  bis  $.89$ . Ein teilweise schwächeres Alpha liegt für die Skala ambivalentes dyadisches Coping vor  $\alpha=.56$  bis  $.69$ . Die diskriminative und prognostische Validität des Fragebogens wurden in mehreren Untersuchungen erfolgreich nachgewiesen (Bodenmann, 1995c).

### **Streß-und-Coping-Interview**

Mit dem Streß-und-Coping-Interview (SCI) werden Paare in einem halbstrukturierten Interview direkt nach den häufigsten Belastungen, denen sie ausgesetzt sind und nach ihrem Umgang mit Streß gefragt. Dabei wird der Umgang mit täglichen Mikrostressoren ebenso erfaßt wie derjenige mit kritischen Lebensereignissen. Die Paare werden aufgefordert, an einer konkreten Streßepisode ihr Bewältigungsverhalten zu illustrieren und anschließend die Generalisierbarkeit des dort gezeigten Verhaltens zu beurteilen. Neben individuellem Coping wird dyadisches Coping und soziale Unterstützung durch paarexterne Personen erfragt. Gemäß dem Kaskadenmodell (siehe Bodenmann, 1997) wird zudem abzubilden versucht, welche Bewältigungsform in Abhängigkeit welcher Variablen zu welchem Zeitpunkt auftritt. Da das Interview mit dem Paar zusammen durchgeführt wird, erfolgt während des Interviews der Einbezug beider Partner (z.B. wenn der eine erzählt, wie er üblicherweise Streß dem Partner signalisiert, wird der Partner unmittelbar in dieser Situation gefragt, ob er die Streßsignale auch so wahrnehme etc.). Das Streß-und-Coping-Interview für Paare dauert rund 45 Minuten und wird vollständig videographiert. Die Auswertungen erfolgen über Ratings und Inhaltsanalysen der Videobänder. Eine Untersuchung mit 36 Paaren wurde jüngst durchgeführt und wird zur Zeit ausgewertet.

### **Empirische Arbeiten zum dyadischen Coping**

Das dyadische Coping wurde bisher in über einem Dutzend Studien an rund 600 Paaren mittels multimodaler Zugänge (Fragebögen, systematische Verhaltensbeobachtung, ereignisnahe Protokollierung im Feld, Interview) überprüft. Die Ergebnisse dieser Untersuchungen sprechen überzeugend für die Validität und Brauchbarkeit des Konstrukts und sollen nachfolgend kurz dargestellt werden.

Im EISI-Experiment (siehe Bodenmann, 1995a; Bodenmann & Perrez, 1995) konnte auf der Grundlage systematischer Verhaltensbeobachtung gezeigt werden, daß Paare unter Streß deutlich mehr verbale und nonverbale Streßsignale senden und dyadisches Coping unter Belastung signifikant zunimmt. Sequentielle Auswertungen verdeutlichten zudem, daß die Form des praktizierten dyadischen Copings in Abhängigkeit der Situation variiert und deutliche zeitliche Verläufe erkennbar sind. So wird unmittelbar nach dem Streßerlebnis mehr verbale Streßkommunikation betrieben, während nachfolgend nonverbale Streßsignale häufiger auftreten. Sequenzanalysen zeigen zudem, daß die Streßsignale des einen Partners von dyadischen Copingreaktionen des anderen in Abhängigkeit des Gefühlszustandes des unterstützenden Partners unterschiedlich gefolgt werden. Die **diskriminative Validität** des dyadischen Copings konnte mehrfach in Verhaltens- wie Selbsteinschätzungsdaten (im Labor und Feld; situativ und allgemein) erfolgreich nachgewiesen werden. Zufriedene und unzufriedene Paare unterscheiden sich in sämtlichen Studien hinsichtlich dyadischem Coping signifikant voneinander. Bei zufriedenen Paaren finden sich durchwegs höhere Werte in gemeinsamem dyadischem Coping, supportivem und delegiertem dyadischem Coping und (in der Regel) emotionaler Streßkommunikation. Diese Variablen erweisen sich als gute Prädiktoren für Partnerschaftszufriedenheit und klären in multiplen Regressionanalysen zwischen 30 bis 40% der Varianz der Variable Partnerschaftszufriedenheit auf. Auch zeigte sich, daß das dyadische Coping des einen Partners signifikant mit der Zufriedenheit des anderen korreliert ist. Die Ergebnisse sind stabil über verschiedene Untersuchungen und Auswertungsmethoden (Fragebogen, systematische Verhaltensbeobachtung) wie auch bei unterschiedlichen Fragebögen zur Erfassung der Partnerschaftszufriedenheit.

Auch in den Auswertungen von dyadischen Interaktionssequenzen mittels systematischer Verhaltensbeobachtung konnte nachgewiesen werden, daß zufriedene Paare mehr emotionale Streßkommunikation praktizieren und höhere Kontingenzen in den Reaktionsmustern aufweisen, d.h. eine geringere Latenz in ihren Antwortreaktionen auf Streßsignale des Partners haben. Dieser Zusammenhang findet sich insbesondere bei der Kontingenz zwischen verbaler und nonverbaler emotionaler Streßäußerung und emotionalem supportivem dyadischem Coping.

Auch konnte in einer Untersuchung, bei der die von Gottman (1993; 1994) vorgeschlagene Paartypologie verwendet wurde, gezeigt werden, daß dyadisches

Coping hypothesenkonform mit den verschiedenen Paartypen zusammenhängt. „Avoider-couples“ (vermeidende Paare) signalisieren dem Partner ihren Streß signifikant seltener als „volatile couples“ (impulsive Paare) oder „validator couples“ (wertschätzende Paare) (Bodenmann, Gottman & Backman, im Druck).

Weiter konnte gezeigt werden, daß dyadisches Coping signifikant mit einer höheren Lebenszufriedenheit sowie (mehrheitlich) mit einer besseren physischen und psychischen Gesundheit einhergeht.

Die **Konstruktvalidität** ist insofern schwierig zu prüfen, als es bisher keine vergleichbare Konzeption von dyadischem Coping gibt und daher auch keine entsprechenden Fragebögen herangezogen werden können. Dennoch wurden in mehreren Untersuchungen Zusammenhänge zwischen dyadischem Coping, dyadischer Kommunikation bzw. Sozialkompetenz und Geschlechtsrollenorientierung überprüft. Die Ergebnisse zeigen, daß die emotionale und problembezogene Streßkommunikation signifikant mit Kommunikationskompetenzen zusammenhängen. Gleichzeitig fanden sich in allen Untersuchungen signifikante Korrelationen zwischen gemeinsamem dyadischem Coping und Kommunikationsqualität. Ein konstruktiver Kommunikationsstil hängt zudem negativ mit hostilem oder ambivalentem dyadischem Coping zusammen.

Auch zeigte sich, daß die Sozialkompetenz der Partner durchgängig signifikant mit dyadischem Coping korreliert ist. Sozialkompetente Partner signalisieren mehr emotionalen und problembezogenen Streß, gehen mehr auf den Partner ein, investieren sich stärker in gemeinsames dyadisches Coping und zeigen deutlich weniger hostiles oder ambivalentes dyadisches Coping. Innerhalb der Sozialkompetenz erweist sich insbesondere die Intimitätsregulation gegenüber dem Partner als bedeutsam sowie die Assertivität. Je höher ausgeprägt die beiden Variablen sind, desto häufiger wird dyadische Streßbewältigung praktiziert.

Im Rahmen einer Geschlechtsrollenuntersuchung zeigte sich ebenfalls ein hypothesenkonformes Bild. Die Skala Femininität oder Expressivität korreliert erwartungsgemäß höher mit emotionaler Streßkommunikation und emotionalem dyadischem Coping (sowohl supportiv wie gemeinsam), während Maskulinität oder Instrumentalität höher mit problembezogenen dyadischen Copingkategorien zusammenhängt.

Die **prognostische Validität** des dyadischen Copings konnte in einer dreijährigen Längsschnittuntersuchung nachgewiesen werden. Innerhalb der verwendeten Prädiktoren zu t0 zur Prognose von Trennung bzw. Scheidung nach drei Jahren (t3) figurierten dyadische Copingvariablen zu allen Meßzeitpunkten unter den wichtigsten Prädiktoren. Neben der Interaktionsqualität und der psychischen und somatischen Befindlichkeit erwies sich dyadisches Coping als am wichtigsten zur Vorhersage der Stabilität von Partnerschaften (Bodenmann, 1995c; Bodenmann & Langenick, 1996). Es zeigte sich auch, daß Paare, welche zu t0 eine hohe Qualität bezüglich dyadischem Coping aufgewiesen hatten, einen signifikant günstigeren Verlauf nahmen. In einer Mehrgruppenanalyse hatten Paare, die einerseits ein hohes Belastungsniveau berichteten, auf der anderen Seite aber auch über gute dyadische Copingressourcen verfügten, eine signifikant höhere Partnerschaftszufriedenheit zu t0 wie auch zu t3 gegenüber Paaren mit wenig oder viel Streß jedoch geringer dyadischer Copingqualität.

### **Nützlichkeit des dyadischen Copings und Implikationen des Konstrukts für die Praxis**

Die **Nützlichkeit** des dyadischen Copings liegt neben dem erweiterten Wissen über Streß-Coping-Prozesse in Partnerschaften insbesondere in seiner Relevanz für therapeutische oder präventive Interventionsangebote. Bodenmann (1996b) hat vorgeschlagen, dyadisches Coping in Paartherapien mitzuberücksichtigen und insbesondere in Präventionsprogrammen für Paare neben den bisher berücksichtigten Komponenten solcher Trainings (Kommunikationsfertigkeiten, Problemlösekompetenzen) eine Verbesserung des Umgangs von Paaren mit Streß anzustreben. Dabei soll gezielt auf eine Verbesserung der emotionalen und problembezogenen Streßkommunikation sowie des supportiven und gemeinsamen dyadischen Copings Wert gelegt werden. Im Freiburger Streßpräventions-Training für Paare (Bodenmann, im Druck) werden in einem 18 Stunden umfassenden Programm solche Fertigkeiten intensiv anhand von diagnostischen Übungen, Videomaterial und Rollenspielen geübt. Erste Ergebnisse zeigen, daß der Einbezug von dyadischem Coping von Nutzen ist und Paare mit großem Interesse an diesen Kursen teilnehmen.

### **Diskussion**

Im ersten Teil dieses Artikels wurden Ansätze zur Abbildung von Streß und Coping im Rahmen der Partnerschaft vorgestellt und festgehalten, daß in den mei-



sten dieser Modelle dyadische Aspekte und eine systemisch-prozessuale Sichtweise weitgehend vernachlässigt wurden.

Daran anschließend wurde das Konzept des dyadischen Copings resümiert und neuere Entwicklungen des Konstrukts aufgezeigt. Unter dyadischem Coping werden Streßbewältigungsbemühungen eines oder beider Partner zur Wiederherstellung oder Aufrechterhaltung der Homöostase beider Partner durch den Einsatz gemeinsamen, supportiven oder delegierenden dyadischen Copings verstanden.

Im letzten Teil des Artikels wurde ein Überblick über die Ergebnisse bisheriger Untersuchungen zur Überprüfung des dyadischen Copings und seiner praktischen Relevanz gegeben. Es wurden Ergebnisse zur Validität des Konstrukts vorgestellt und diskutiert. Die Ergebnisse belegen mit großer Konsistenz und in multimethodalen Analysen (Fragebogen, ereignisnahe Protokollierung, systematische Verhaltensanalysen), daß dyadisches Coping für das Funktionsniveau einer Partnerschaft und das Wohlbefinden der Partner von Relevanz ist. Paare, welche miteinander Streß zu bewältigen suchen, haben einen besseren Partnerschaftsverlauf und ein niedrigeres Scheidungsrisiko. Es scheint vor diesem Hintergrund wünschenswert, bei Analysen von Streß und Coping in Partnerschaften, Familien oder anderen Systemen, welche sich durch gemeinsame Ziele und intragruppales Engagement auszeichnen, diese Ebene der Streßregulation künftig mitzubersichtigen.

## Literatur

- Bodenmann, G. (1995a). Bewältigung von Streß in Partnerschaften. Der Einfluß von Belastungen auf die Qualität und Stabilität von Paarbeziehungen. Bern: Huber.
- Bodenmann, G. (1995b). A systemic-transactional conceptualization of stress and coping in couples. *Swiss Journal of Psychology*, 54, 34-49.
- Bodenmann, G. (1995c). Der Einfluß von Streß und Coping auf die Qualität und Stabilität von Partnerschaften: Eine 2-Jahres-Längsschnittuntersuchung. *Zeitschrift für Familienforschung*, 7, 27-49.
- Bodenmann, G. (1996a). Die Erfassung von dyadischem Coping: Der FDCT-2 Fragebogen. *Zeitschrift für Familienforschung*, 7, 119-148.
- Bodenmann, G. (1996b). Können wir vorhersagen, welche Ehen scheidungsgefährdet sind? In: G. Bodenmann & M. Perrez (Hrsg.), *Scheidung und ihre Folgen*. (S. 76-103). Bern: Huber.
- Bodenmann, G. (im Druck, a). Streß und Coping als Prozeß. In: C. Tesch-Römer, C. Salewski & G. Schwarz (Hrsg.), *Psychologie der Bewältigung*. Göttingen: Hogrefe.
- Bodenmann, G. (im Druck, b). Can divorce be prevented by enhancing coping skills in couples? *Journal of Divorce and Remarriage*.

- Bodenmann, G., Bourquard, E., Perrez, M. & Spiegel, R. (1995). Computer aided observation system. Manual. Fribourg: University of Fribourg.
- Bodenmann G. & Langenick, D. (1996). The influence of stress and coping on marital quality and stability: A three-year longitudinal study. (Scientific Report Nr. 123). Fribourg: University of Fribourg.
- Bodenmann, G., Gottman, J.M. & Backman, H. (in press). A Swiss replication of Gottman's couple typology. *Swiss Journal of Psychology*.
- Bodenmann, G. & Perrez, M. (1991). Dyadisches Coping - eine systemische Betrachtungsweise der Belastungsbewältigung in Partnerschaften. *Zeitschrift für Familienforschung*, 3, 4-25.
- Bodenmann, G. & Perrez, M. (1995). Streß- und Ärgerinduktion bei Paaren: Ein experimenteller Ansatz. *Zeitschrift für Differentielle und Diagnostische Psychologie*, 16, 237-250.
- Boss, P.G. (1988). Family stress management. Newbury Park: Sage.
- Bowen, M.L. (1990). Coping efforts and marital satisfaction: Measuring marital coping and its correlates. *Journal of Marriage and the Family*, 52, 463-474.
- Brown, G.W. & Harris, T. (1978). Social origins of depression. New York: Free Press.
- Burke, R.J. & Weir, T. (1977). Marital helping relationships: The moderators between stress and well-being. *The Journal of Psychology*, 95, 121-130.
- Burr, W.R. (1973). Theory construction and the sociology of the family. New York: Wiley & Sons.
- Burr, W.R. & Klein, S. (Eds.), (1994). Managing family stress. Newbury Park: Sage.
- Coyne, J.C. & Smith, D.A.F. (1991). Couples coping with a myocardial infarction: A contextual perspective on wives' distress. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61, 404-412.
- Cutrona, C. & Suhr, J.A. (1992). Controllability of stressful events and satisfaction with spouse support behavior. *Communication Research*, 19, 154-174.
- DeLongis, A. & O'Brien, T. (1990). An interpersonal framework for stress and coping: An application to the families of alzheimer's patients. In: M.A.P. Stephens, J.H. Crowther, S.E. Hobfoll & D.L. Tennenbaum (Eds.), *Stress and coping in later-life families*. (S. 221-240). New York: Hemisphere Publishing Corporation.
- Denoff, M.S. (1982). The differentiation of supportive functions among network members: An empirical inquiry. *Journal of Social Service Research*, 5, 45-59.
- Dohrenwend, B.S. & Dohrenwend, B.P. (1974). Stressful life events. Their nature and effects. New York: Wiley.
- Folkman, S. (1984). Personal control and stress and coping processes: A theoretical analysis. *Journal of Personality and Social Psychology*, 46, 839-852.
- Folkman, S. & Lazarus, R.S. (1985). If it changes it must be a process: Study of emotion and coping during three stages of a college examination. *Journal of Personality and Social Psychology*, 48, 150-170.
- Gottman, J.M. (1993). The roles of conflict engagement, escalation, and avoidance in marital interaction: A longitudinal view of five types of couples. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 61, 6-15.
- Gottman, J.M. (1994). What predicts divorce? Hillsdale: Erlbaum.
- Haan, N. (1977). Coping and defending: Process of self-environment organization. New York: Academic Press.
- Hill, R. (1949). Families under stress. New York: Harper & Row Publishers.
- Holmes, T.H. & Rahe, R.H. (1967). The social readjustment rating scale. *Journal of Psychosomatic Research*, 11, 213-218.

- Ilfeld, F. (1980). Understanding marital stressors: The importance of coping style. *Journal of Nervous and Mental Disease*, 168, 375-381.
- Julien, D. & Markman, H.J. (1991). Social support and social networks as determinants of individual and marital outcomes. *Journal of Social and Personal Relationships*, 8, 549-568.
- Lazarus, R.S. (1981). Streß und Streßbewältigung - ein Paradigma. In: S.H. Filipp (Hrsg.), *Kritische Lebensereignisse* (S. 198-232). München: Urban & Schwarzenberg.
- Lazarus, R.S. (1993). Coping theory and research: Past, present, and future. *Psychosomatic medicine*, 55, 234-247.
- Lazarus, R.S. & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. New York: Springer.
- Lazarus, R.S. & Folkman, S. (1991). The concept of coping. In: A. Monat & R.S. Lazarus (Eds.), *Stress and coping* (S. 189-206). New York: Columbia University Press.
- Laux, L. & Schütz, A. (1995). *Streßbewältigung und Wohlbefinden in der Familie. Studie im Auftrag des Bundesministeriums für Familie und Senioren*. Bamberg: Fakultät für Pädagogik, Philosophie und Psychologie der Universität.
- Markman, F.D. & Markman, H.J. (1988). The effects of others on marriage: Do they help or hurt? In: P. Noller & M.A. Fitzpatrick (Eds.), *Perspectives on marital interaction*. (S. 294-322). Clevedon: Multilingual Matters.
- McCubbin, M.A. & McCubbin, H.I. (1989). Theoretical orientations to family stress and coping. In: Ch.R. Figley (Eds.), *Treating stress in families* (S. 3-43). New York: Brunner & Mazel.
- McCubbin, H.I. & Patterson, J.M. (1983). The family stress process: The double ABCX model of adjustment and adaptation. *Marriage and Family Review*, 6, 7-37.
- Pasch, L.A. & Bradbury, T.N. (im Druck). Social support, conflict, and the development of marital dysfunction. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*.
- Pearlin, L. & Schooler, C. (1978). The structure of coping. *Journal of Health and Social Behavior*, 19, 2-21.
- Reiss, D. (1981). *The family's construction of reality*. Cambridge: Harvard University Press.
- Sabourin, S., Laporte, L. & Wright, J. (1990). Problem solving, self appraisal and coping efforts in distressed and nondistressed couples. *Journal of Marital and Family Therapy*, 16, 89-97.
- Selye, H. (1974). *Stress without distress*. New York: Lippincott & Crowell.
- Vaillant, G.E. (1977). *Adaptation to life*. Boston: Little Brown.
- Veiel, H.O.F., Crisand, M., Stroszeck-Somschor, H. & Herrle, J. (1991). Social support networks of chronically strained couples: Similarity and overlap. *Journal of Social and Personal Relationships*, 8, 279-292.
- Whiffen, V.E. & Gotlib, I.H. (1989). Stress and coping in maritally distressed and nondistressed couples. *Journal of Social and Personal Relationships*, 6, 327-344.
- Williamson, G.M. & Clark, M.S. (1992). Impact of desired relationship type on affective reactions to choosing and being required to help. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 18, 10-18.
- Wolf, W. (1987). *Alltagsbelastungen und Partnerschaft*. Bern/Fribourg: Huber.

**Anschrift des Verfassers:**

Dr. Guy Bodenmann  
Institut für Familienforschung und -beratung  
Universität Fribourg  
Place de la Gare 1

CH-1700 Fribourg